96

ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಕೈಪಿಡಿ

(FIRST AID)

[ದ್ವಿತೀಯ ಮುದ್ರಣ]

ಬರೆದವರು:

ಶ್ರೀ| ಬೋಳೂರು ಎಸ್. ರಾವ್,

ಮಂಜೇಶ್ವರ.

1957.

ಒಂದಾಣೆ ಮಾಲೆ

ಇಪ್ಪತ್ತಮೂರು ಏಕಾಂಕ ನಾಟಕಗಳು.

(ಕೆಲವು 16+4 ಪುಟಗಳು; ಮತ್ತೆ ಕೆಲವು 20+4 ಪುಟಗಳು)

'ಒಂದಾಣೆ ಮಾಲೆ'ಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾದ ಇಪ್ಪತ್ತೇಳು ಏಕಾಂಕ ನಾಟಕಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಕೆಳಗಿನವು (ಇಪ್ಪತ್ತಮೂರು) ದೊರೆವುವು

೧	ನಾರೀಶ್ವರು (ಪ್ರಹಸನ)	ಕುಡ್ಪಿ ವಾಸುದೇವ ಶೆಣೈ.
೨	ಬಾಬಿಗೆ ಬಾಸಿಂಗ ,,	,, ,, ,,
೩	ಸತ್ಯವಂತ ಬಾಬಿ ,,	,, ,, ,,
೪	ಮಂರ್ಜಿ ,,	ಡಾ। ಎಮ್. ಎನ್. ಕಾಮತ್.
೫	ಸತೀ ಸಾವಿತ್ರಿ (ಪೌರಾಣಿಕ)	ಶ್ರೀ। ಪಿ. ವೆಂಕಟ್ರಮಣ ಭಟ್ಟ.
೬	ಅಕಾಂಡ ತಾಂಡವ (ರೇಡಿಯೊನಾಟಕ)	ಶ್ರೀ। ಬಿ. ದಾಮೋದರ ಬಾಳಿಗ, ಬಿ ಎ
೭	ವೀರಾಬಾಯಿ (ಐತಿಹಾಸಿಕ)	ಶ್ರೀ। ಸಂ. ಜ. ರಾವ್.
೮	ಚುಟ್ಟಿ ಬಿಟ್ಟ ದಿಟ್ಟ (ಪ್ರಹಸನ)	ಡಾ। ಎಸ್. ಪಿ ಭಟ್.
೯	ಜರಾಸಂಧ ವಧೆ (ಪೌರಾಣಿಕ)	ಶ್ರೀ। ಕೆ. ವಿ. ಮಯ್ಯ.
೧೦	ಸತ್ಯಹರಿಶ್ಚಂದ್ರ (ಪೌರಾಣಿಕ)	ಶ್ರೀ। ಪಿ. ವೆಂಕಟ್ರಮಣ ಭಟ್ಟ.
೧೧	ಮಾಯಾಮೃಗ (,,)	ಶ್ರೀ। ಎ. ವಿ. ಮಯ್ಯ.
೧೨	ಸತೀವೃಂದಾ (,,)	ಶ್ರೀ। ಕೆ. ಸುಭಾಷಚಂದ್ರ ಶೆಣೈ.
೧೩	ಗೌತಮನ ಗೃಹತ್ಯಾಗ, ಸಿದ್ಧಾರ್ಥನ ಕಾರುಣ್ಯ	ಶ್ರೀ। ಎಲ್. ಎಸ್. ನಾಯಕ.
೧೪	ಪುನರುಜ್ಜೀವನ (ಸಾಮಾಜಿಕ)	ಶ್ರೀ। ಗೋವಿಂದ ಭಟ್ಟ.
೧೫	ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ (,,)	ಶ್ರೀ। ಕೆ. ಎನ್. ಭಟ್, ಶಿರಾಡಿಪಾಲ್.
೧೬	ಭಕ್ತಕುಚೇಲ (ಪೌರಾಣಿಕ)	ಶ್ರೀ। ಅಂಬಾತನಯ.
೧೭	ಮದ್ವೆ ಅವಾಂತರ (ಪ್ರಹಸನ)	ಅಷ್ಟಾವಕ್ರ.
೧೮	ಗ್ರಾಮಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ,,	ಶ್ರೀ। ಎ. ವಿ. ಮಯ್ಯ.
೧೯	ಭಕ್ತ ಧ್ರುವ (ಪೌರಾಣಿಕ)	ಶ್ರೀ। ಸುಬ್ರಾಯ.
೨೦	ಬೇಡನ ಮಗಳು ,,	ಶ್ರೀ। ವೆಂಕಟರಾಜ ಪುಣಿಚಿತ್ತಾಯ.
೨೧	ಪುರಂದರದಾಸರು (ಐತಿಹಾಸಿಕ)	ಬಿ. ಪದ್ಮನಾಭ ಸೋಮಯಾಜಿ.
೨೨	ವೀರಾಗ್ರಣಿ (ಪೌರಾಣಿಕ)	ಶ್ರೀ। ಅಮ್ಮೆಂಬಳ ಅನಂತಯ್ಯ ನಾವಡ.
೨೩	ಕುಶ-ಲವ ,,	ಶ್ರೀ। ಬಿ. ಈಶ್ವರಯ್ಯ.

ಟಪ್ಪಾಲು ದ್ವಾರಾ ತರಿಸಲಿಚ್ಛಿಸುವವರು, ಬುಕ್‌ಪೋಸ್ಟ್ ಖರ್ಚು ಕೂಡಿ ಒಟ್ಟು ರೂ 1-15-0ನ್ನು ಮನಿಯಾರ್ಡರ್ ಅಥವಾ ಪೋಸ್ಟಲ್ ಆರ್ಡರ್ ಮೂಲಕ ಕಳಿಸತಕ್ಕದ್ದು.

ಒಂದಾಣೆ ಮಾಲೆ

ಪ್ರಭಾತ ಆಫೀಸು :: ರಥಬೀದಿ :: ಮಂಗಳೂರು-೧.

ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಕೈಪಿಡಿ

"ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ"ಯೆಂದರೆ, ಅಕಸ್ಮಾತ್ತಾಗಿ ಗಾಯಪಟ್ಟವನಿಗೆ, ಡಾಕ್ಟರರು ಬರುವ ವರೆಗೆ, ಸಮೀಪವಿರುವ ಸಲಕರಣೆಗಳಿಂದ ಒಡನೆಯೇ ಮಾಡುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಶುಶ್ರೂಷೆ.

ಗಾಯವು ಎಷ್ಟೇ ಚಿಕ್ಕದಾಗಿದ್ದರೂ, ಮೊದಲನೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಸರಿಯಾಗದಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಅನೇಕ ವೇಳೆ, ಗಾಯವು ವಿಪರೀತವಾಗಿ ಪ್ರಾಣಾಪಾಯ ಸಂಭವಿಸುವುದುಂಟು. ಹೀಗಾಗಲು, ಬೆಕ್ಟೀರಿಯಾ ಎಂಬ ರೋಗಾಣುಗಳು ಗಾಯದಲ್ಲಿ ಸೇರುವುದೇ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಆದುದರಿಂದ, ಗಾಯವು ಎಷ್ಟೇ ಚಿಕ್ಕದಾದರೂ, ಅಲಕ್ಷ್ಯಮಾಡಬಾರದು. ಕೂಡಲೇ ತಕ್ಕುದಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಮಾಡಬೇಕು, ಇಲ್ಲವೇ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ, ಚಿಕಿತ್ಸಕರು ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕು. ಅವುಗಳಾವುವೆಂದರೆ:—

(1) ಗಾಬರಿಗೊಳ್ಳದೆ ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಇರಬೇಕು; ರಕ್ತವನ್ನು ನೋಡಿ ಹೆದರಬಾರದು.

(2) ಮಾಡತಕ್ಕ ಕರ್ತವ್ಯವೇನೆಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದು, ಜಾಗರೂಕತೆಯಿಂದ ಅದನ್ನು ಮಾಡಿ ಮುಗಿಸತಕ್ಕದ್ದು.

(3) ರೋಗಿಯನ್ನು ನೋಡಲು ಬಂದ ಪ್ರೇಕ್ಷಕರನ್ನು ದೂರದಲ್ಲಿ ನಿಲ್ಲಿಸತಕ್ಕದ್ದು.

(4) ಅನಾವಶ್ಯಕವಾಗಿ ರೋಗಿಯನ್ನು ಸ್ಥಳದಿಂದ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಒಯ್ಯಬಾರದು.

(5) ತಾನು ಮಾಡುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಸಾಕಾಗಲಾರದೆಂದು ಕಂಡಾಗ, ದಕ್ಷರಾದ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಹೇಳಿಕಳುಹಿಸಬೇಕು.

(6) ಡಾಕ್ಟರರು ಬರುವ ವರೆಗೂ, ರೋಗಿಯನ್ನು ವಿಶ್ರಾಂತಿಯಲ್ಲಿರಿಸಬೇಕು. ಅವಘಡದ ಅಪಾಯವು ಹೆಚ್ಚಾಗದಂತೆ ಎಚ್ಚರದಿಂದಿರಬೇಕು.

ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ ಅಪಘಾತಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು

1. ಚೂರಿಯಿಂದ ಗಾಯ (CUTS)

ಶುದ್ಧವಾದ ನೀರಿನಿಂದ ಗಾಯವನ್ನು ತೊಳೆಯಿರಿ. ತೊಳೆಯುವ ಮೊದಲು ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳನ್ನೂ, ಉಗುರುಗಳನ್ನೂ ತೊಳೆದುಕೊಂಡು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿರಿ. ಗಾಯವನ್ನು ತೊಳೆದನಂತರ ಕ್ರಿಮಿನಾಶಕ ಔಷಧವನ್ನು ಹಾಕಿ ಗಾಯದ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಕಟ್ಟಿರಿ.

ಕೆಲವು ಕ್ರಿಮಿನಾಶಕ ಔಷಧಗಳು: (1) ಟಿಂಚರ್ ಆಫ್ ಅಯೋಡಿನ್. (2) ಡೆಟ್ಟೋಲ್; (3) ಇಟಿಯೋಲ್; (4) ಹೈಡ್ರೋಜನ್ ಪೆರೊಕ್ಸಾಯಿಡ್.

2. ಜಜ್ಜಿದ ಗಾಯ ((BRUISES)

ಗಾಯವನ್ನು ಕ್ರಿಮಿನಾಶಕ ದ್ರವದಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆದು, ಅಯೊಡಿನ್ ಹಾಕಿರಿ; ಇಲ್ಲವೇ ಒದ್ದೆಮಾಡಿದ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಗಾಯಕ್ಕೆ ಸುತ್ತಿರಿ.

ಎಲ್ಲ ತರದ ಗಾಯಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಮಾಡುವಾಗ ಶುಚಿತ್ವದ ಕಡೆಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಗಮನವೀಯಬೇಕು. ರಕ್ತಸ್ರಾವವು ತುಂಬಾ ಆಗುತಿದ್ದರೆ, ಗಾಯದ ಮೇಲ್ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಹಾಕಿ, ಸ್ರಾವವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿ, ಅನಂತರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಕೈಕೊಳ್ಳಿರಿ.

3. ಕಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಕಸ

ಕಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಕಸ ಸೇರಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ, ಕಣ್ಣನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿ, ರೆಪ್ಪೆಗಳಿಂದ ಜಳಕವಾಡಿರಿ. ರೆಪ್ಪೆಯನ್ನು ಹಿಡಿದು ಇನ್ನೊಬ್ಬನು ಊದಲೂ ಬಹುದು. ಆಗಲೂ ಹೊರಗೆ ಬಾರದಿದ್ದರೆ, ಅದನ್ನು ತೆಗೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಡಿರಿ. ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಹೇಳಿಕಳುಹಿಸಿರಿ. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕಣ್ಣನ್ನು ಉಜ್ಜಿಕೊಳ್ಳದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿರಿ. ಕೆಳರೆಪ್ಪೆಗೆ ಒಂದಿಷ್ಟು ಹರಳೆಣ್ಣೆ ಅಥವಾ ಇಪ್ಪೆ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಹಾಕಿ ಕಣ್ಣನ್ನು ಮುಚ್ಚುವಂತೆ ಹೇಳಿರಿ.

4. ಕಿವಿಯಲ್ಲಿ ಏನಾದರೂ ಬಿದ್ದರೆ

ಕಿವಿಯಲ್ಲಿ ಕ್ರಿಮಿ ಸೇರಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ, ತಲೆಯನ್ನು ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿಸಿ, ತುಸು ಬೆಚ್ಚಗೆ ಮಾಡಿದ ಇಪ್ಪೆ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಚಮಚದಿಂದ ಕಿವಿಯೊಳಗೆ ಸುರಿಸಿರಿ. ಕ್ರಿಮಿಯು ಸತ್ತು ಹೊರಗೆ ಬರುವುದು. ಕಿವಿಯನ್ನು ಪಿಚಕಾರಿಯಿಂದ ತೊಳೆಯಬೇಡಿರಿ; ಕಿವಿಯೊಳಗೆ ಮೊನಚಾದ ಕಡ್ಡಿ ಹಾಕಬೇಡಿರಿ; ಕ್ರಿಮಿಯು ಹೊರಗೆ ಬಾರದಿದ್ದರೆ, ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಹೇಳಿಕಳುಹಿಸಿರಿ.

5. ಮೂಗಿನಲ್ಲಿ ಕಸ

ಮೂಗಿನಲ್ಲಿ ಕಸ ಇಲ್ಲವೇ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ವಸ್ತುವು ಸೇರಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ, ಬಾಯಿಯಿಂದ ಉಸಿರಾಡಲು ಹೇಳಿರಿ. ಮೂಗನ್ನು ಸೀದು ಕಸವನ್ನು ಹೊರದಬ್ಬಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿರಿ. ಕಸವನ್ನು ಹೊರದೂಡಲು ಕಷ್ಟವಾದಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಹೇಳಿಕಳುಹಿಸಿರಿ ಮತ್ತು ಅವರು ಬರುವ ತನಕ ಕಾಯುತ್ತಿರಿ.

6. ವಿಷಜಂತುಗಳ ಕಡಿತ

(a) **ಜೇನುನೊಣ ಕಡಿತ:** ಜೇನುನೊಣ ಕಚ್ಚಿದಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಅದರ ಕೊಂಡಿಯು ಉಳಿಯುವುದು. ಅದು ಅಪಾಯಕರವಾದುದರಿಂದ, ಆ ಕೊಂಡಿಯನ್ನು ಒಂದು ಸೂಜಿಯಿಂದ ಹೊರತೆಗೆದು ಅನಂತರ ಗಾಯವನ್ನು 'ಎಮೋನಿಯ'ದ ದುರ್ಬಲ ದ್ರಾವಣ, ಸಿರ್ಕ, ಪೆಟ್ರೋಲ್ ಅಥವಾ ಅಡಿಗೆಖಾರದಿಂದ ತೊಳೆಯಿರಿ.

(b) ಚೇಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ ಜಂತುಗಳು ಕಚ್ಚಿದಲ್ಲಿ, 'ಎಮೋನಿಯ'ದ ದುರ್ಬಲ ದ್ರಾವಣದಿಂದ ಇಲ್ಲವೇ ಅಡಿಗೆ ಖಾರದಿಂದ ಗಾಯವನ್ನು ತೊಳೆಯಿರಿ. ಅಥವಾ ಕಡಿದ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಸುಣ್ಣ ಹಚ್ಚಿರಿ; ಇಲ್ಲವೇ ಕೊಯ್ದ ನೀರುಳ್ಳಿಯಿಂದ ಆ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಉಜ್ಜಿರಿ.

(c) ಹುಳು ಮುಂತಾದ ಅತೀ ಚಿಕ್ಕ ಕೀಟಗಳು ಕಚ್ಚಿದರೆ, ಆ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ 'ಆಯೋಡಿನ್' ಸವರಿರಿ.

7. ಉಳುಕು

ಲಕ್ಷಣ: ಉಳುಕಾದ ಕಡೆ ಬಾತುಹೋಗಿರುತ್ತದೆ. ಬಹಳ ನೋವಿರುತ್ತದೆ. ಉಳುಕಾದ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಚರ್ಮದ ಬಣ್ಣ ಬದಲಾಗುವುದು. ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಉಳುಕು ಮಣಿಗಂಟು ಕಣಕಾಲುಗಳಲ್ಲಿ ತಲೆದೋರುವುದು.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ: ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ತೊಂದರೆಯಾಗದಂತೆ, ಉಳುಕಾದ ಭಾಗವನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಎತ್ತರದಲ್ಲಿ, ಕದಲದಂತೆ ಇರಿಸಿರಿ; ಆ ಭಾಗಕ್ಕೆ ತಣ್ಣೀರಿನಿಂದ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಹಾಕಿರಿ. ಆಗ ನೋವು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ, ಬಾತು ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು. ಬಾತು ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದರೆ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಶಾಖಕೊಡುವುದು ಹಿತಕರ.

8. ಮೂಗಿನಿಂದ ರಕ್ತಸ್ರಾವ

ಚಿಕಿತ್ಸೆ: ಬಾಯಿಯಿಂದ ಉಸಿರಾಡಲು ಹೇಳಿರಿ; ರೋಗಿಯ ತಲೆಯನ್ನು ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಬಾಗಿಸಿ, ಕುಳ್ಳಿರಿಸಿ, ಕೈಗಳನ್ನು ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಇಡುವಂತೆ ಹೇಳಬೇಕು; ಮೈಯ ಬಟ್ಟೆಬರೆಗಳನ್ನು ಸಡಿಲಿಸಬೇಕು; ಮೂಗಿಗೆ, ತಣ್ಣೀರಿನಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿದ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಒತ್ತುತ್ತಿರಬೇಕು. ಆಗ ರಕ್ತಸ್ರಾವವು ತುಸು ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಿಲ್ಲುವುದು. ಪಾದಗಳನ್ನು ಬಿಸಿನೀರಿನಲ್ಲಿಟ್ಟರೆ ಒಳ್ಳೆಯದು.

9. ಸುಟ್ಟ ಗಾಯ (BURNS)

ಚಿಕಿತ್ಸೆ: (a) ಸುಟ್ಟ ಗಾಯ ಉಂಟಾದಲ್ಲಿ ಚರ್ಮಕ್ಕೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿರುವಷ್ಟನ್ನು ಹೊರತು, ಉಳಿದ ಉಡುಪನ್ನು ಜಾಗರೂಕತೆಯಿಂದ ಕತ್ತರಿಸಿರಿ. ಸುಡುವಿಕೆಯಿಂದ ಎದ್ದುಬಂದ ಬೊಕ್ಕೆಗಳನ್ನು ಒಡೆಯಬೇಡಿರಿ. ಉರಿಯು ಕಡಿಮೆಮಾಡಲು, ಅಡಿಗೆ ಖಾರದ ದ್ರಾವಣಮಾಡಿ ಅದರಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿದ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಆ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಹಾಕಿರಿ; ಅಥವಾ ಹರಳೆಣ್ಣೆ, ವೆಸಲಿನ್ ಹಚ್ಚಲೂ ಬಹುದು. ಕುಡಿಯಲು ರೋಗಿಗೆ ಚಹಾ, ಕಾಫಿ, ಕೊಕೊ ಕೊಡಬಹುದು.

(b) ಪ್ರಬಲ ಕ್ಷಾರದಿಂದ ಆದ ಸುಟ್ಟ ಗಾಯಕ್ಕೆ ಲಿಂಬೆರಸ, ಸಿರ್ಕ ಅಥವಾ ಬೋರಿಕ್ ಎಸಿಡ್ ದ್ರಾವಣವನ್ನು ಹಚ್ಚಿ, ಸಡಿಲಾಗಿ ಗಾಯದ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಕಟ್ಟಬೇಕು.

10. ಸ್ಮೃತಿತಪ್ಪುವುದು

ಸ್ಮೃತಿತಪ್ಪಿದವನನ್ನು ಮಲಗಿಸಿ, ತಲೆಯನ್ನು ಒಂದು ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿಸಿ, ಅನಂತರ ಅವನ ಉಡುಪನ್ನು ಸಡಿಲಿಸಿರಿ. ಉಸಿರಾಡಲು ಹೊಸ ಗಾಳಿ ಸಿಗುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿರಿ. ಮುಖಕ್ಕೆ ತಣ್ಣೀರನ್ನು ಚಿಮುಕಿಸಿರಿ. ಬೀಸಣಿಗೆಯಿಂದ ಗಾಳಿಹಾಕಿರಿ. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಚೇತರಿಸಿದನಂತರ, ಒಂದೆರಡು ಗುಟುಕು ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯಲು ಕೊಡಿರಿ. ಸ್ಮೃತಿತಪ್ಪಿದ ಕಾರಣ ವಾವುದೆಂದು ಸರಿಯಾಗಿ ತಿಳಿಯದೇ ಇರುವಾಗ ಚಾ, ಕಾಫಿಗಳನ್ನು ಕೊಡಬಾರದು.

11. ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವ ವಿಧಾನ

ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಶುದ್ಧ ರಕ್ತನಾಳ, ಅಶುದ್ಧ ರಕ್ತನಾಳ ಮತ್ತು ಕೇಶನಾಳ (ಲೋಮನಾಳ) ಎಂದು ಮೂರು ಬಗೆಯ ರಕ್ತನಾಳಗಳಿವೆ.

A. ಶುದ್ಧ ರಕ್ತನಾಳವು ಕಡಿದುಹೋದರೆ—(a) ರಕ್ತವು ಶುಭ್ರ ಕೆಂಬಣ್ಣವಾಗಿರುತ್ತದೆ. (b) ಜಿಗಿದು ಜಿಗಿದು ಹೊರಸೂಸುತ್ತದೆ. ಅಂಥಾ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ (i) ಗಾಯವಾದ ಭಾಗವನ್ನು ಇತರ ಭಾಗಗಳಿಂದ ಎತ್ತರವಾಗಿರುವಂತೆ ಹಿಡಿಯಬೇಕು. (ii) ಗಾಯದ ಮೇಲೆ ಹೆಬ್ಬೆಟ್ಟಿನಿಂದಾಗಲೀ, ಸಿಂಬಿಯಿಂದಾಗಲೀ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಪ್ರಯೋಗಿಸಬೇಕು. (iii) ಇನ್ನೂ ರಕ್ತಸ್ರಾವವಾಗುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಗಾಯದ ಮೇಲ್ಗಡೆ ಬಿಗಿಯಾದ ಕಟ್ಟು ಬಿಗಿಯಬೇಕು. ಅಂಥಾ ಕಟ್ಟುವಿಕೆಗೆ "ಟೂರ್ನಿಕೆ" ಎಂದು ಹೆಸರು. ಒಂದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ "ಟೂರ್ನಿಕೆ"ಯನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದರೆ, ಒಂದು ಅಗಲ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಗಾಯದ ಮೇಲ್ಗಡೆ ಕಟ್ಟಿ, ಕೋಲಿನ ತುಂಡನ್ನು ಮಧ್ಯೆ ಸೇರಿಸಿ, ತಿರುವುತಿದ್ದರೆ ಪಟ್ಟಿಯು ಬಿಗಿಯುತ್ತಾ ಬರುವುದು. ಟೂರ್ನಿಕೆಯನ್ನು ಕಂಕುಳ ಕೆಳಭಾಗಕ್ಕೆ, ತೊಡೆಗೆ, ಮೊಣಕಾಲಿನ ಮಾಂಸಖಂಡದ ಭಾಗಗಳಿಗೆ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು. ರಕ್ತನಾಳದ ಒತ್ತಡದ ಸ್ಥಾನವು ತಿಳಿದುಬಂದಿದ್ದರೆ, ಅದನ್ನು ಸೂಚಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ, ಟೂರ್ನಿಕೆಯ ಮೇಲೆ ಆ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಗಂಟನ್ನು ಹಾಕಿ, ಬಿಗಿಯಬೇಕು.

B. ಅಶುದ್ಧ ರಕ್ತನಾಳವು ಕಡಿದುಹೋದರೆ, ಹೊರಬರುವ ರಕ್ತವು ಧೂಮ್ರವರ್ಣದ್ದಾಗಿ ಗಳಗಳನೆ ಹರಿಯುವುದು. ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಮೇಲಿ

ನಂತೆಯೇ. ಆದರೆ ಕಟ್ಟನ್ನು ಗಾಯದ ಕೆಳಭಾಗದಲ್ಲಿ ಬಿಗಿಯು ವುದು.

ರಕ್ತಸ್ರಾವವು ನಿಂತ ಬಳಿಕ ಕ್ರಿಮಿನಾಶಕ ಔಷಧವನ್ನು ಹಾಕಿ, ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಬಿಗಿಯಬೇಕು.

C. ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಒತ್ತಡದ ಬಿಂದುಗಳು ದೇಹದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲೆಲ್ಲಿ ಇವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಕೊಂಡಲ್ಲಿ, ಬಹಳ ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಕೆಳಗೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯವಾದ ಆರು ಒತ್ತಡದ ಬಿಂದುಗಳ ಸ್ಥಾನ, ಹೇಗೆ ಉಪಯೋಗಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತವೆ—ಎಂಬುದನ್ನು ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ಕೊಟ್ಟಿದೆ.

(i) ಕಿವಿಯ ಮುಂಭಾಗದಲ್ಲಿ=ಹಣೆಯಿಂದ, ತಲೆಯಿಂದ ರಕ್ತಸ್ರಾವವಾಗುತಿದ್ದರೆ,

(ii) ಕೆಳದವಡೆಯ ಬದಿಗಳಲ್ಲಿ=ದವಡೆಯಲ್ಲಿ, ಕಣ್ಣಿನ ಕೆಳಭಾಗದಲ್ಲಿ ರಕ್ತಸ್ರಾವವಾಗುತಿದ್ದರೆ,

(iii) ಕುತ್ತಿಗೆಯ ಆಹಾರನಾಳಗಳ ಬದಿಗಳಲ್ಲಿ=ಕುತ್ತಿಗೆ ಅಥವಾ ಗಂಟಲಿನಿಂದ ರಕ್ತಸ್ರಾವವಾಗುತಿದ್ದರೆ,

(iv) ಮೇಲಿನ ತೋಳಿನ ಒಳಭಾಗದ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ=ಕೈಗಂಟಿನಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲವೇ ತೋಳಿನ ಕೆಳ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ರಕ್ತಸ್ರಾವವಾಗುತಿದ್ದರೆ,

(v) ಗ್ರಿವಾಸ್ಥಿಯ ಮೇಲ್ಗಡೆಯಲ್ಲಿ=ಭುಜ, ತೋಳಿನ ಮೇಲ್ಭಾಗ, ಕಂಕುಳಲ್ಲಿ ರಕ್ತಸ್ರಾವವಾಗುತಿದ್ದರೆ,

(vi) ತೊಡೆಸಂದಿನಲ್ಲಿ (GROIN)= ಕಾಲು, ಪಾದ, ತೊಡೆಯ ಮೇಲ್ಭಾಗದಲ್ಲಿ ರಕ್ತಸ್ರಾವವಾಗುತಿದ್ದರೆ

12. ಹಾವು ಕಡಿತ

1. ಪ್ರಥಮತಃ, ಕಡಿದ ಭಾಗದ ಮೇಲಕ್ಕೆ (ಸುಮಾರು 3—4 ಅಂಗುಲ ಮೇಲೆ) ಬಿಗಿಯಾದ ಒಂದು 'ಟೂರ್ನಿಕೆ'ಯನ್ನು ಬಿಗಿಯಬೇಕು.

2. ಅನಂತರ ಕಡಿದ ಜಾಗಕ್ಕೆ ಕೆಂಪಗೆ ಕಾಯಿಸಿದ ಕಬ್ಬಿಣದಿಂದ ಸುಡಬೇಕು.

3. ಇಲ್ಲವಾದರೆ ಹರಿತವಾದ ಚೂರಿಯಿಂದ, ಆ ಜಾಗವನ್ನು ಕೊಯ್ದು, ರಕ್ತವು ಹರಿದುಹೋಗುವಂತೆ ಮಾಡಬೇಕು.

4. ಹಾವು ಕಡಿದ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಪೊಟೇಶಿಯಂ ಪರ್ಮಾಂಗನೇಟನ್ನು ಹಾಕಿ ತಿಕ್ಕಬೇಕು.

5. ರೋಗಿಗೆ ಜ್ಞಾನತಪ್ಪದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಬಿಸಿ ಚಾ, ಕಾಫಿ, ಕೊಕ್ಕೊ ಮುಂತಾದುವುಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಇರಿಸಬೇಕು.

6. ಡಾಕ್ಟರರಿಗೆ ಹೇಳಿಕಳುಹಿಸಬೇಕು.

13. ಹುಚ್ಚುನಾಯಿಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ವಿಧಾನ

ಸಿಕ್ಕಾಬಟ್ಟೆ ಕಚ್ಚುವ ಸ್ವಭಾವ ಹುಚ್ಚುನಾಯಿಯದು. ಆದುದರಿಂದ ಕಚ್ಚಲು ಬಂದ ನಾಯಿಗೆ ಕೈಯಲ್ಲಿರುವ ಕೋಲನ್ನೋ, ರುಮಾಲನ್ನೋ, ಕರವಸ್ತ್ರವನ್ನೋ ತೋರಿಸಿ, ನಾಯಿ ಅದನ್ನು ಕಚ್ಚಿದಾಗ ನಾವು ತಪ್ಪಿಸಿ ಕೊಂಡು ಹೋಗಬಹುದು.

ನಾಯಿ ಕಚ್ಚಿದರೆ, ಕೂಡಲೇ ಡಾಕ್ಟರರಿಗೆ ಕರೆಕಳುಹಿಸಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಸಬೇಕು.

(ಹುಚ್ಚುನಾಯಿಯ ಎಂಜಲು ಸ್ವಲ್ಪವಾದರೂ, ನಮ್ಮ ಗಾಯಗಳಿಗೆ ತಗಲಿದರೆ ವಿಷಕರ.)

14. ವಿದ್ಯುತ್ತಿನ ಹೊಡೆತ

(i) ಪ್ರಥಮತಃ ಡಾಕ್ಟರರಿಗೆ ಹೇಳಿಕಳುಹಿಸುವುದು.

(ii) ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಜೀವ-ತಂತಿಯ (live-wire) ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ಅವನನ್ನು ಮುಟ್ಟದೆ, ರಕ್ಷಿಸುವೆವೆಂದು ಫಕ್ಕನೆ ಎಳೆಯಹೋಗದೆ, ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಇರಬೇಕು. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ವಿದ್ಯುತ್ತು ಅವನಿಂದ ನಿಮಗೂ ಹೊಡೆತಕೊಡುವುದು.

(iii) ಒಣಗಿದ ಕಟ್ಟಿಗೆ ಕೋಲುಗಳಿಂದ ಅತನನ್ನು ಬಿಡಿಸಬೇಕು.

(iv) ಅದು ದೊರೆಯದಿದ್ದರೆ, ರಬ್ಬರ್, ಒಣಕಾಗದ, ಒಣಕಲ್ಲು, ಅಥವಾ ಹುಲ್ಲುಗಳ ಮೇಲೆ ನಿಂತು ಅವನನ್ನು ಬಿಡಿಸಬೇಕು.

(v) ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, 'ವೈಸ್ ಸ್ವಿಚ್ಚ'ನ್ನೇ ತೆಗೆದುಬಿಡಬೇಕು.

(vi) ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಜೀವ ತಂತಿಯಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಿದ ಅನಂತರ ಕುತ್ತಿಗೆಯ ಸುತ್ತಲೂ ಇರುವ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಸಡಿಲಿಸಿ, ನಾಲಿಗೆ ಏನಾದರೂ ಗಂಟಲಿಗೆ ಸಿಕ್ಕಿ, ಅಡಚಣೆಯಾಗಿದ್ದರೆ, ಎಳೆದು ಬಿಡಿಸಿ, ಅನಂತರ ಕೃತಕ ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ಆರಂಭಿಸಬೇಕು.

15. ಕೃತಕ ಉಸಿರಾಟದ ಕ್ರಮಗಳು

(1) ಷೇಫರ್ಸ್ ಕ್ರಮ: ರೋಗಿಯನ್ನು ಬೆನ್ನು ಮೇಲಾಗುವಂತೆ ಮಲಗಿಸಬೇಕು. ಅವನ ಕೈಗಳನ್ನು ಪಕ್ಕಗಳಲ್ಲಿ ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಚಾಚಬೇಕು. ಮುಖವನ್ನು ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿಸಬೇಕು. ಅನಂತರ ಅವನ ಪಕ್ಕದಲ್ಲೇ ಸೊಂಟದ ಬಳಿ, ಅವನ ತಲೆ ಕಡೆ ಮುಖಮಾಡಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳನ್ನು ಅವನ ಕಿಬ್ಬದಿಯ ಬದಿಗಿಟ್ಟು ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಿ, ಕೈಗಳನ್ನು ಮಡಚದೆ, ನೆಟ್ಟಗೆ ನಿಲ್ಲಿಸಿಕೊಂಡು, ಮೈಭಾರವನ್ನೆಲ್ಲಾ ಮಣಿಕಟ್ಟುಗಳ ಮೇಲೆ ಬೀಳುವಂತೆ ಮುಂದಕ್ಕೆ ಬಾಗಬೇಕು. ಹಾಗೆ ಬಾಗಿಕೊಂಡು, ಒಂದು, ಎರಡು, ಮೂರು ಎಂದೆಣಿಸುವಷ್ಟು ಕಾಲ ಹೊಟ್ಟೆಯನ್ನು ನೆಲಕ್ಕೆ ಅದುಮಿ ಹಿಡಿದು, ಎದೆಯಲ್ಲಿರುವ ಗಾಳಿಯನ್ನು ಹೊರಕ್ಕೆ ಹೊರಡಿಸಬೇಕು.

ಅನಂತರ, ಕೈಗಳನ್ನು ತೆಗೆಯದೆ, ಕೈಯ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಸಡಿಲಿಸಿ, ಹೊರಗಾಳಿಯು ಒಳಸೇರುವಂತೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಮುಂದಕ್ಕೂ ಹಿಂದಕ್ಕೂ ವಾಲುತ್ತಾ ಒತ್ತಡ ಹಾಕುತ್ತಾ ಸಡಿಲಿಸುತ್ತಾ, ಒಂದು ನಿಮಿಷಕ್ಕೆ ಸುಮಾರು ಹದಿನೈದು ಬಾರಿ ಒತ್ತಡ ಹಾಕಿ ತೆಗೆಯಬೇಕು. ಉಸಿರಾಟವು ಸರಿಯಾಗಿ ಆರಂಭವಾದ ಅನಂತರ, ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಮಲಗಿಸಿ, ಬೆಚ್ಚಗಿರುವಂತೆ, ಮೈಮೇಲೆ ಫ್ಲಾನಲ್ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಬಿಸಿನೀರಿನ ಶಾಖವನ್ನು ತೋಳುಗಳಿಗೂ, ಕೈಕಾಲುಗಳಿಗೂ ಕೊಡಬೇಕು. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಉಸಿರಾಡುತಿದ್ದು, ಕೊಟ್ಟುದನ್ನು ನುಂಗುವ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ಬಿಸಿಯಾದ, ಚಾ, ಕಾಫಿ, ಕೊಕ್ಕೊ, ತೆಳ್ಳಗಿನ ಗಂಜಿ ಮುಂತಾದುವುಗಳನ್ನು ಕೊಡಬಹುದು.

(ii) ಸಿಲ್ವೆಸ್ಟರ್ ಕ್ರಮ: ವಿದ್ಯುತ್ತಿನ ಹೊಡೆತದಿಂದ ವ್ಯಾಮರಿತು ಉಸಿರಾಟವು ನಿಂತಿದ್ದರೆ, ಕೃತಕ ಶ್ವಾಸವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಲು ಈ ಕ್ರಮವು ಅತ್ಯುತ್ತಮ:

ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಬೆನ್ನು ಕೆಳಗೆ ಮಾಡಿ ಮಲಗಿಸಬೇಕು. ಬಟ್ಟೆಬರೆಗಳನ್ನು ಬಿಚ್ಚಬೇಕು. ಅವನ ತಲೆಯ ಹಿಂದೆ ಅವನ ಮುಖವನ್ನು ನೋಡುವಂತೆ, ಮೊಣಕಾಲೂರಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅವನ ಮುಂಗೈಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದೊಂದನ್ನು ಒಂದೊಂದು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಭದ್ರವಾಗಿ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು, ಅವನ ಮೊಣಕೈಗಳನ್ನು ಪಕ್ಕೆಲುಬುಗಳಿಗೆ ಒತ್ತಿ ಹಿಡಿಯಬೇಕು. ಅನಂತರ ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಅವನ ಕೈಗಳನ್ನು ಅರ್ಧವೃತ್ತಾಕಾರದಲ್ಲಿ ಅವನ ತಲೆಯ ಹಿಂದಕ್ಕೆ ನೆಲಕ್ಕೆ ತರಬೇಕು. ಪುನಃ ಮುಂದಕ್ಕೆ ಅದೇ ಪ್ರಕಾರ ತಂದು ಒತ್ತಬೇಕು. ಹೀಗೆ ನಿಮಿಷಕ್ಕೆ ಹದಿನೈದು ಬಾರಿಯಂತೆ, ಉಸಿರಾಟವು ಸರಿಯಾಗಿ ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವಷ್ಟು ಕಾಲ, ಮಾಡುತ್ತಿರಬೇಕು. ಉಸಿರಾಟವು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ಅನಂತರದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮೇಲಿನಂತೆಯೇ.

16. ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿದವರ ರಕ್ಷಣೆ

(i) ಮುಳುಗುತ್ತಿರುವವನನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ಹೋಗುವವನಿಗೆ ಈಜು ತಿಳಿದಿರಬೇಕು.

(ii) ಮುಳುಗುವವನ ಹಿಂಬದಿಯಲ್ಲೇ ಇದ್ದು, ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮೊಣಕೈಯನ್ನೋ, ಕತ್ತನ್ನೋ ಹಿಡಿದು ಎಳೆದು ತರಬೇಕು.

(iii) ಮುಳುಗುವವನು ರಕ್ಷಿಸುವವನನ್ನು ಅಪ್ಪಿಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳದಂತೆ ತಪ್ಪಿಸಬೇಕು.

(iv) ಈಜು ಬಲ್ಲವನು ಆಯಾಸಗೊಂಡು, ಮುಳುಗುವ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಹಲಗೆಯನ್ನೋ, ಒಂದು ಹಗ್ಗವನ್ನೋ ಎಸೆದು, ಆತನನ್ನು ದಡಸೇರುವಂತೆ ಮಾಡಬಹುದು.

(v) ದಂಡೆಗೆ ಸೇರಿದ ಅನಂತರ—ಮುಳುಗಿಹೋಗಿ, ನೀರು ಕುಡಿದು, ಮೂರ್ಛೆ ತಪ್ಪಿದವನ ತಲೆಯೂ, ಮುಖವೂ ಕೆಳಕ್ಕೆ ಬರುವಂತೆ ಮಾಲಿಸಿ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು, ನಾಲಗೆಯನ್ನು ಹೊರಗೆಳೆದು, ಸಾಧ್ಯವಿದ್ದಷ್ಟು ನೀರನ್ನು

ಹೊರಗೆ ತೆಗೆಯಬೇಕು. ಆತನು ಉಸಿರಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಕೊಟ್ಟರೆ ಸಾಕು. ಉಸಿರಾಡದಿದ್ದರೆ ಕೃತಕ ಉಸಿರಾಟದ ಪ್ರಯೋಗವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

17. ಬೆಂಕಿಯಿಂದ ರಕ್ಷಣೆ

ಮನೆಗೆ ಬೆಂಕಿಬಿದ್ದಾಗ—(i) ಮೊಟ್ಟಮೊದಲು, ಮನೆಯೊಳಗಿರುವವರನ್ನು ಕೂಗಿ ಹೊರಡಿಸಬೇಕು. ಮನೆಯನ್ನು ಖಾಲಿ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು.

(ii) ಹತ್ತಿರದ ಪೋಲಿಸ್ ಸ್ಟೇಶನಿಗಾಗಲೀ, ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ಕಾರ್ಯಾಲಯಕ್ಕಾಗಲೀ ಕೂಡಲೇ ವರ್ತಮಾನ ಕಳುಹಿಸಬೇಕು. (ಮಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ದಳದ ಟೆಲಿಫೋನ್ ನಂಬ್ರ 99.)

(iii) ಬೆಂಕಿಯು ಸುತ್ತಮುತ್ತಲೂ ಹರಡದಂತೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

(iv) ಹೊಗೆಯು ತುಂಬಿದ ಮನೆಯೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಬೇಕಾದಲ್ಲಿ ಒದ್ದೆ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಮೂಗು ಬಾಯಿಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಕೊಂಡು ದೇಕಿಕೊಂಡೇ ಹೋಗಬೇಕು.

(v) ಪ್ರಜ್ಞೆಯಿಲ್ಲದೆ ಬಿದ್ದಿರುವವರನ್ನು, ಭಾರವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಭುಜದ ಮೇಲೆ ಎತ್ತಿಕೊಂಡು ಬರಬಹುದು. ಭುಜದ ಮೇಲೆ ಹೊತ್ತುಕೊಂಡು ಬರಲಾಗದಿದ್ದರೆ, ಹಗ್ಗಗಳಿಂದ ಎರಡು ಬೌ ಲಾಯ್ನ್‌ಗಂಟು (Bowline) (ಬಾವಿಗಂಟು)ಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ, ಒಂದನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಎದೆ ಮತ್ತು ರಟ್ಟೆಗಳಿಗೂ, ಇನ್ನೊಂದನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುವವನ ಭುಜಗಳಿಗೂ ಹಾಕಿ, ಅಂಬೆಗಾಲಿಕ್ಕಿಕೊಂಡು ಎಳೆದುಕೊಂಡು ತರಬೇಕು.

(vi) ಎಣ್ಣೆ ಅಥವಾ ಪೆಟ್ರೋಲಿನ ಟಾಂಕಿಗಳಿಗೆ ಬೆಂಕಿ ತಗಲಿದ್ದರೆ, ನೊಂದಿಸಲು ಅದರ ಮೇಲೆ ಮರಳು, ಇಲ್ಲವೇ ಮಣ್ಣನ್ನು ಸುರಿಯಬೇಕು; ನೀರನ್ನಲ್ಲ.

(vii) ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮೈಮೇಲಿನ ಬಟ್ಟೆಬರೆಗಳಿಗೆ ಬೆಂಕಿ ತಗಲಿದ್ದರೆ, ಆತನನ್ನು ನೆಲದ ಮೇಲೆ ತಟ್ಟನೆ ಮಲಗಿಸಿ, ಕಂಬಳಿಯಿಂದಲೋ, ಜಮಖಾನೆ

ಯಲ್ಲೊ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಸುತ್ತಿ, ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಆರಿಸಬೇಕು ಅನಂತರ ಸುಟ್ಟ ಗಾಯಕ್ಕೆ ಮಾಡುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಬೇಕು. (ಸಮೀಪ ಯಾರೂ ಇಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ವ್ಯಕ್ತಿಬಟ್ಟೆಗಳಿಗೆ ಬೆಂಕಿ ಹತ್ತಿದರೆ, ಉಟ್ಟ ಸೀರೆ (ಅಥವಾ ಧೋತಿ) ಯನ್ನು ಝಾಡಿಸಬಾರದು. ಕೂಡಲೇ ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಮಲಗಿ ಹೊರಳಾಡಬೇಕು.)

(viii) ಕಿಟಕಿಯ ಮೂಲಕ ಜನಗಳನ್ನು ಇಳಿಸಬೇಕಾದಾಗ, ಹಗ್ಗದಿಂದ "ಕುರ್ಚಿಗಂಟು" (chair knot) ಎಂಬ ಗಂಟನ್ನು ಹಾಕಿ, ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಕುಳ್ಳಿರಿಸಿ, ಇಳಿಸಬೇಕು.

18. ಗಾಯದ ಪಟ್ಟಿ

ಗಾಯಕ್ಕೆ ಕ್ರಿಮಿನಾಶಕ ಔಷಧ ಹಾಕಿದನಂತರ ಒಂದು ಶುಚಿಯಾದ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಪಟ್ಟಿ ಹಾಕಬೇಕು.

ಗಾಯದ ಪಟ್ಟಿಯ ಪ್ರಯೋಜನಗಳು: (1) ಗಾಯಕ್ಕೆ ಹಾಕಿದ ಔಷಧವನ್ನು ಜಾಗ ಬಿಟ್ಟು ಕದಲದಂತೆ ಕಟ್ಟುವುದಕ್ಕೂ (2) ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ಒತ್ತಡದಿಂದ ನಿಲ್ಲಿಸುವುದಕ್ಕೂ, (3) ಸಿಬಿರುಗಳು ಜಾಗ ಬಿಟ್ಟು ಕದಲದಂತೆ ಭದ್ರಪಡಿಸಲಿಕ್ಕೂ, ಗಾಯದ ಪಟ್ಟಿಯು ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿದೆ

B. **ಗಾಯಕ್ಕೆ ಕಟ್ಟುವ ತ್ರಿಕೋಣದ ಪಟ್ಟಿ ಮತ್ತು ಅದರ ಉಪಯೋಗಗಳು:** (i) ಮೂವತ್ತಾರು ಇಲ್ಲವೇ ನಾಲ್ವತ್ತು ಅಂಗುಲಗಳ ಒಂದು ಚಚ್ಚೌಕದ ಬಿಳಿ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು, ಮೂಲೆಯಿಂದ ಮೂಲೆಗೆ ಕತ್ತರಿಸಿದರೆ, ಎರಡು ತ್ರಿಕೋಣಾಕೃತಿಯ ಪಟ್ಟಿಗಳಾಗುತ್ತವೆ

ಆ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಹರಡಿ, ಮೇಲಿನ ತುದಿಯು ಪಾದದ ಮಧ್ಯ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಬರುವಂತೆ ಒಮ್ಮೆ ಮಡಚುವುದರಿಂದ ಒಮ್ಮೆ ಮಡಚಿದ ಅಗಲದ ಪಟ್ಟಿಯೆನಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಇನ್ನೊಂದು ಬಾರಿ ಅರ್ಧಕ್ಕೆ ಮಡಚಿದರೆ ಅಗಲವಾದ ಪಟ್ಟಿಯೆನಿಸುತ್ತದೆ ಪುನಃ ಮಡಚಿದರೆ ಕಿರಿದು ಪಟ್ಟಿ ಎನಿಸುತ್ತದೆ.

(ii) ತ್ರಿಕೋಣ ಬ್ಯಾಂಡೇಜನ್ನು ತೋಳಿಗೆ ಅಗಲ ತೂಗಾಸರೆಯಾಗಿಯೂ, ಸಣ್ಣ ತೂಗಾಸರೆಯಾಗಿಯೂ ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಕ್ರಮ:

ಅಗಲ ತೂಗಾಸರೆ: ದೇಹದ ಮುಂಭಾಗದ ಮೇಲೆ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಹರಡಿ ಗಾಯವಾಗದೆ ಇರುವ ಕಡೆ, ಭುಜದ ಮೇಲಕ್ಕೆ ಒಂದು ಕೊನೆಯನ್ನು ಎಳೆದು, ಕುತ್ತಿಗೆಯ ಸುತ್ತಲೂ ತಂದು, ಗಾಯವಾದ ತೋಳಿನ ಕಡೆಯ ಭುಜದ ಮೇಲಿನಿಂದ ಎದೆಗೆ ಇಳಿಸಿರಿ. ಪಟ್ಟಿಯ ಇನ್ನೊಂದು ತುದಿಯನ್ನು ಗಾಯಪಟ್ಟ ಮೊಣಕೈಯ ಹಿಂಭಾಗಕ್ಕೆ ಜಾಗರೂಕತೆಯಿಂದ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು, ಕೈಯನ್ನು ಪಟ್ಟಿಯ ಮಧ್ಯಕ್ಕೆ ಮೆಲ್ಲನೆ ಮಡಚಿರಿ. ಪಟ್ಟಿಯ ಎರಡನೇ ಕೊನೆಯನ್ನು ಭುಜದ ಮೇಲಿನಿಂದ ಇಳಿಸಿರುವ ಮೊದಲನೆಯ ಕೊನೆಗೆ ಗಂಟು ಹಾಕಿ, ಸೇರಿಸಿರಿ. ಆ ಗಂಟು ಕುತ್ತಿಗೆಯ ಬಳಿ ಬರಬೇಕು. ಹಿಂಭಾಗಕ್ಕೆ ಹೋಗಕೂಡದು. ಕಟ್ಟಿದ ತೂಗಾಸರೆಯಲ್ಲಿ ಕೈಯ ಮೊಣಕೈ, ಬೆರಳು ಸ್ವಲ್ಪ ಎತ್ತರದಲ್ಲಿರುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿರಿ. ಅನಂತರ ಪಟ್ಟಿಯ ತುದಿಯನ್ನು ಮೆಲ್ಲನೆ ಎಳೆದು ಮುಂಭಾಗಕ್ಕೆ "ಸೇಫ್ಟಿ-ಪಿನ್ನಿ"ನಿಂದ ಸಿಕ್ಕಿಸಿರಿ.

ಸಣ್ಣ ತೂಗಾಸರೆ: ಮೊದಲು ಗಾಯದ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಅಗಲದ ಪಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಮಡಚಿರಿ. ಅನಂತರ ಅಗಲ ತೂಗಾಸರೆಯ ಕ್ರಮದಂತೆ ಕಟ್ಟಿರಿ.

ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಕಟ್ಟುವಾಗ ಯಾವಾಗಲೂ ಸಮಗಂಟನ್ನೇ ಹಾಕಿರಿ. ಎಂದಿಗೂ ಸೂಜಿ, ಪಿನ್ನು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಡಿರಿ.

ಗಾಯದ ಪಟ್ಟಿ ಕಟ್ಟುವಾಗ ಹತ್ತಿರವಿರುವ ವಸ್ತುಗಳು ಸಹಾಯಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತವೆ. ಮರದ ತುಂಡುಗಳು, ಕೊಡೆ, ಕೈಬೆತ್ತಗಳು, ದಂಡಗಳು, ಕಾಗದಗಳು— ಇತ್ಯಾದಿ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸಿಬಿರುಗಳನ್ನಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಲೂ ಬರುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವಾಗ ಗಾಯಪಟ್ಟ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ನೋವಾಗದಂತೆ, ಹತ್ತಿಯ ನಾರಿನಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲವೇ ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಆ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸುತ್ತಬೇಕು, ಅನಂತರ ಅವುಗಳನ್ನು ಬಿಗಿಯಲು, ಬ್ಯಾಂಡೇಜ್ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಹತ್ತಿರವಿರುವ ಕರವಸ್ತ್ರ, ಕಂಠವಸ್ತ್ರ, ಬೂಟ್ಸ್ ದಾರ ಅಥವಾ ಯಾವುದಾದರೂ ಬಟ್ಟೆಯ ಚೂರು ಮುಂತಾದುವುಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿರಿ.

19. ಅಸ್ಥಿಭಂಗ

(i) **ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಪೆಟ್ಟು ಬಿದ್ದು, ಗಾಯದ ಜೊತೆಗೆ** ಎಲುಬು ಮುರಿದುಹೋಗುವುದೂ ಉಂಟು. ಇದಕ್ಕೆ ಅಸ್ಥಿಭಂಗ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಅಸ್ಥಿಭಂಗಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ವಿಧಗಳಿವೆ: (1) ಸುತ್ತಲಿನ ಮಾಂಸಕ್ಕೆ ಅಲ್ಪ ಗಾಯವಾಗಿ ಎಲುಬು ಮುರಿದುಹೋಗುವುದು. (2) ಮುರಿದ ಎಲುಬು ಹೊರಗೆ ಬರುವುದು, ಇಲ್ಲವೆ ಒಳಗೆ ಸೇರಿ ಹೋಗುವುದು, ಇಲ್ಲವೇ ಮುರಿದ ಎಲುಬು ಪುಡಿಪುಡಿಯಾಗಿ ಹೋಗುವುದು.

(ii) **ಅಸ್ಥಿಭಂಗದ ಲಕ್ಷಣಗಳು:** ಎಲುಬು ಮುರಿದು ಹೊರಗೆ ಬಂದಿದ್ದರೆ, ತಿಳಿಯಲು ಕಷ್ಟವಿಲ್ಲ. ಹಾಗಿಲ್ಲದ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಳಗೆ ಹೇಳಿರುವ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಸಹಾಯಕವಾಗುವುವು.

(1) ನೋವು ಕಠಿಣವಾಗುವುದು. (2) ಗಾಯಗೊಂಡ ಅಂಗದ ಭಾಗವು, ಆ ಅಂಗದ ಕೆಲಸಮಾಡಲಾಗದೆ, ನಿಷ್ಪ್ರಯೋಜಕವಾಗಿರುವುದು. (3) ಪೆಟ್ಟು ತಿಂದ ಭಾಗದ ಆಕಾರದಲ್ಲಿ ವಿಕಾರ ಕಾಣುವುದು. (4) ಬಾತಿರುವುದು. (5) ಅಸ್ವಾಭಾವಿಕ ಚಲನೆ. ಆದರೆ ಅನಾವಶ್ಯಕವಾಗಿ ಚಲಿಸಿ ಪರೀಕ್ಷೆಮಾಡಬಾರದು.

(ii) **ಅಸ್ಥಿಭಂಗದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಅನುಸರಿಸಬೇಕಾದ ನಿಯಮಗಳು:**

(1) ಮೊದಲು ಡಾಕ್ಟರರಿಗೆ ಹೇಳಿಕಳುಹಿಸುವುದು

(2) ರಕ್ತಸ್ರಾವವಾಗುತ್ತಿದ್ದರೆ ಮೊದಲು ಅದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಿರಿ. ಅನಂತರ ಮುರಿದ ಎಲುಬಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೈಗೊಳ್ಳಿರಿ.

(3) ಎಲುಬು ಮುರಿದಿದೆಯೋ, ಇಲ್ಲವೋ ಎಂಬ ಸಂಶಯವಿದ್ದಾಗ ಮುರಿದ ಎಲುಬಿಗೆ ಮಾಡುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನೇ ಮಾಡಿರಿ.

(4) ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಚೇತನಶೂನ್ಯನಾಗಿದ್ದರೆ, ಅಥವಾ ಆಗುವ ಹಾಗಿದ್ದರೆ ಆತನನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಿದ್ದಷ್ಟು ಬೆಚ್ಚಗಿಡಿರಿ.

(5) ಗಾಯದ ಮೇಲೆ ಎಂದಿಗೂ ಸಿಬಿರುಗಳನ್ನು ಬಿಗಿಯಬೇಡಿರಿ.

(6) ಕಟ್ಟುವ ಗಂಟುಗಳನ್ನು ಸಿಬಿರುಗಳ ಮೇಲೆಯೇ ಕಟ್ಟಿರಿ.

(7) ಸಿಬಿರುಗಳು ಸಿಗದಿದ್ದರೆ, ಕೈಗೆ ಸಿಕ್ಕುವ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನೇ ಸಿಬಿರುಗಳಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿ, ರೋಗಿಯನ್ನು ವಿಶ್ರಾಂತಿಯಲ್ಲಿರಿಸಿರಿ.

(8) ಅಸ್ಥಿಭಂಗದೊಡನೆ ಗಾಯಗಳೂ ಆಗಿದ್ದರೆ, ಮೊದಲು ಗಾಯಕ್ಕೆ ಔಷಧ ಹಾಕಿರಿ. ಅನಂತರ ಪಟ್ಟಿ ಕಟ್ಟಿರಿ.

(9) ಪೆಟ್ಟುಬಿದ್ದವನಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಿದ್ದಷ್ಟು ಮಟ್ಟಿಗೆ ಅದೇ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿರಿ.

(10) ಅಂಗದಲ್ಲಿ ಏನಾದರೂ ವಿಕಾರ ಕಂಡುಬಂದರೆ, ಸರಿಪಡಿಸಲು ಹೋಗಬೇಡಿರಿ. ಆ ಕೆಲಸವನ್ನು ಡಾಕ್ಟರರೇ ಮಾಡಲಿ.

ದೇಹದ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಭಾಗಗಳು ಮುರಿದಾಗ ಯುಕ್ತರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆದರಿಸುವ ಕ್ರಮವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷವೇ ಕಲಿಯತಕ್ಕದ್ದು.

20. ಜಖಂಗೊಂಡವನನ್ನು ಸಾಗಿಸುವ ವಿಧಾನ

ಗಾಯಗೊಂಡವರನ್ನು ಸಾಗಿಸುವ ವಿಧಾನಗಳಲ್ಲಿ 1. ಸ್ನೇಹ ಹಿಡಿತ. 2. ಅಗ್ನಿಯೋಧರು ಎತ್ತುವ ವಿಧಾನ. 3. ಎರಡು ಕೈಗಳ ಆಸನ. 4. ಮೂರು ಕೈಗಳ ಆಸನ. 5. ನಾಲ್ಕು ಕೈಗಳ ಆಸನ—ಮುಖ್ಯವಾದುವುಗಳು. ಇವುಗಳನ್ನೂ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷವಾಗಿಯೇ ಕಲಿಯತಕ್ಕದ್ದು.

21. ಡೋಲಿಗಳನ್ನು ರಚಿಸುವ ವಿಧಾನ

ರೋಗಿಯನ್ನು ಒಂದೆಡೆಯಿಂದ ಇನ್ನೊಂದೆಡೆ ಒಯ್ಯಲು ಡೋಲಿಯನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಬೇಕು. ಪ್ರಥಮಚಿಕಿತ್ಸಕನಿಗ ಹತ್ತಿರವಿರುವ ಸಲಕರಣೆಗಳಿಂದ ಡೋಲಿಗಳನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಲು ತಿಳಿದಿರಬೇಕು.

(1) ಹತ್ತಿರವಿರುವ ಬೆತ್ತ, ಬಿದಿರಿನ ತಟ್ಟಿ, ಬಾಗಿಲಿನ ಹಲಗೆ— ಅವುಗಳ ಮೇಲೆ ಹುಲ್ಲು ಅಥವಾ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನಾಗಲೀ ಹಾಸಿ ಡೋಲಿ ಮಾಡಬಹುದು.

(2) ಜಮಖಾನೆ, ಅಂಗಿ, ಕಂಬಳಿಗಳಿಂದಲೂ ಡೋಲಿ ರಚಿಸಲು ಬರುವುದು. ಎರಡು ಗಟ್ಟಿಯಾದ ಕೋಲಿಗೆ ಜಮಖಾನೆಯನ್ನು ಹೊಲಿದು ಬಿಟ್ಟರೆ ಡೋಲಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

(3) ಗೋಣಿ ಚೀಲಗಳ ಕೆಳ ಅಂಚಿನ ಮೂಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಎರಡು ತೂತುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ, ಅವುಗಳ ಮೂಲಕ ಎರಡು ಕೋಲುಗಳನ್ನು ಹಾಯಿಸಿ, ಕೋಲುಗಳನ್ನು ಚೀಲಗಳಿಗೆ ಬಿಗಿದರೆ, ಡೋಲಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಡೋಲಿಯಲ್ಲಿ ರೋಗಿಯನ್ನು ಮಲಗಿಸುವ ಮೊದಲು, ಡೋಲಿಯು ರೋಗಿಗೆ ಅನುಕೂಲವಾಗಿದೆಯೋ, ಸಾಕಷ್ಟು ಭದ್ರವಾಗಿದೆಯೋ ಎಂದು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿರಿ.

22. ವಿಷ ಸೇವಿಸಿದ್ದರೆ

ಸಾಮಾನ್ಯ ವಿಷ ಸೇವನೆಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಈ ಕೆಳಗೆ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ.

(i) **ಅಯೋಡಿನ್ ಸೇವಿಸಿದಾಗ:** ಹಿಟ್ಟು ಮಿಶ್ರಿತ ನೀರು ಕುಡಿಸಿ, ಅನಂತರ ವಾಂತಿಕಾರಕವಾಗಿ ಸಾಸಿವೆ ಹುಡಿ ಮಿಶ್ರಿತ ನೀರು ಮತ್ತು ಕೊನೆಯದಾಗಿ ಬಿಸಿ ಚಾ ಅಥವಾ ಕಾಫಿ

(ii) **ಪಾದರಸ ಸೇವಿಸಿದ್ದರೆ:** ಹಾಲು ಮತ್ತು ಹಸಿ ಮೊಟ್ಟೆ, ಹಿಟ್ಟು ಮಿಶ್ರಿತ ನೀರು—ಇವು ಉತ್ತಮ ವಿಷಹರಗಳು. ಅನಂತರ ವಾಂತಿಕಾರಕವಾಗಿ ಸಾಸಿವೆ ಮಿಶ್ರಿತ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಸುವುದು.

(iii) **ರಂಜಕ ಸೇವಿಸಿದ್ದರೆ:** ವಾಂತಿಕಾರಕವಾಗಿ ಸಾಸಿವೆ ಮಿಶ್ರಿತ ನೀರು; ಅನಂತರ ½ ಔನ್ಸ್ ಭೇದಿಯುಪ್ಪನ್ನು ಕರಗಿಸಿ ಸೇವಿಸಲು ಕೊಡುವುದು; ಬಾರ್ಲಿ ನೀರು, ಹಾಲು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಉಪಶಮನದ ಬಗ್ಗೆ ಕೊಡಬಹುದು.

(iv) **ಕರ್ಪೂರ ತಿಂದಿದ್ದರೆ:** ಮೊದಲು ವಾಂತಿಕಾರಕವನ್ನು ಕುಡಿಸಿ, ಜಠರವನ್ನು ತೊಳೆಯುವುದು; ಅನಂತರ ತಲೆಗೆ ತಣ್ಣೀರಿನ ಧಾರೆ ಹಿಡಿಯುವುದು; ಗಂಜಿನೀರನ್ನು ಉಪಶಮನಾರ್ಥ ಕುಡಿಸಬಹುದು. ಕರ್ಪೂರವು ಹೊಟ್ಟೆಗೆ ಹೋಗಿದ್ದವರಿಗೆ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಕೊಡಬಾರದು.

(v) **ಸೀಮೆ ಎಣ್ಣೆ:** ಹರಳೆಣ್ಣೆ ಅಥವಾ ಉಪ್ಪಿನ ದ್ರಾವಣವನ್ನು ಕುಡಿಸಿ, ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಕಾರಿಸಿ, ಅನಂತರ ಉಪಶಮನಾರ್ಥ, ಬಾರ್ಲಿ ನೀರು, ಹಾಲು ಕೊಡಬಹುದು.

ವ್ಯಕ್ತಿಯು ವಿಷ ಸೇವನೆಮಾಡಿದ ಎಲ್ಲಾ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ. ಕೂಡಲೇ ಡಾಕ್ಟರರಿಗೆ ಹೇಳಿಕಳುಹಿಸಿರಿ; ವಿಳಂಬಮಾಡದೆ ವಾಂತಿಕಾರಕಗಳನ್ನೂ, ವಿಷಹರ ದ್ರಾವಣಗಳನ್ನೂ ಕೊಟ್ಟು, ರೋಗಿಯನ್ನು ವಿಶ್ರಾಮದಲ್ಲಿರಿಸಿರಿ.

ವ್ಯಕ್ತಿಯ ತುಟಿ, ನಾಲಗೆ, ಬಾಯಿಯ ಒಳಪಾರ್ಶ್ವವನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ, ಅವೆಲ್ಲ ಸುಟ್ಟುಹೋಗಿದ್ದರೆ, ತೀಕ್ಷ್ಣ ವಿಷ ಸೇವನೆಯಾಗಿದೆಯೆಂದು ಭಾವಿಸಿ, ಅಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಎಂದಿಗೂ ವಾಂತಿಕಾರಕವನ್ನು ಕೊಡಬಾರದು. ಉಪಶಮನದ ಬಗ್ಗೆ ಹಾಲು, ತತ್ತಿಯ ಲೋಳೆ, ಬಾರ್ಲಿ ನೀರು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು. ಸೇವಿಸಿದ ವಿಷವು ತೀಕ್ಷ್ಣವಾಗಿರದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ, ವಾಂತಿಕಾರಕಗಳನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು.

ಪ್ರತಿ ವಾರವೂ ಕೊಂಡುಕೊಳ್ಳಿರಿ!

"ಒಂದಾಣೆ ಮಾಲೆ"ಯ ಪುಸ್ತಕಗಳು, ಪ್ರತಿ ವಾರ ಪ್ರಕಟವಾಗುತ್ತಿವೆ. ಹೊಸ ಹೊಸ ವಿಷಯಗಳ ಮೇಲೆ ಪುಸ್ತಕಗಳು ಹೊರಡುತ್ತಿವೆ. 1954ನೇ ಸಪ್ಟಂಬರದಿಂದ 1957ನೇ ಮಾರ್ಚ ತಿಂಗಳ ಮೂರನೆಯ ವಾರದ ವರೆಗೆ 129 ಪುಸ್ತಕಗಳು ಪ್ರಕಟವಾಗಿದ್ದು, ಇನ್ನೂ ಪ್ರತಿ ವಾರ ಒಂದೊಂದು ಹೊಸ ಪುಸ್ತಕ ಹೊರಡುತ್ತಲೇ ಇದೆ.

129 ಆಣೆಗಳಿಗೆ 'ಒಂದಾಣೆ ಮಾಲೆ'ಯು, ಹೊದಿಕೆ ಕೂಡಿ, ಒಟ್ಟು 2698 ಪುಟಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿರುತ್ತದೆ. ಇಷ್ಟು ಮೊಬಲಗಿಗೆ ಇಷ್ಟು ಪುಟಗಳನ್ನು ಬೇರೆ ಎಲ್ಲಿಯೂ ಯಾವ ಪ್ರಕಟಣೆಯೂ ಕೊಟ್ಟಿಲ್ಲ.

ವಿದ್ವಾಂಸರು ಮಾತ್ರ 'ಒಂದಾಣೆಮಾಲೆ'ಗೆ ಬರೆಯುತ್ತಾರೆ. 'ಅಶ್ಲೀಲ' ಎಂಬ ಅಂಶವೇ ಒಂದಾಣೆಮಾಲೆ'ಯ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳಲ್ಲಿರುವುದಿಲ್ಲ.

'ಒಂದಾಣೆಮಾಲೆ' ಪುಸ್ತಕಗಳು ಚಿಕ್ಕ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಂದ ವಯೋವೃದ್ಧರ ವರೆಗೆ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನಿಗೂ ಆವಶ್ಯ ಇವೆ. ಇಷ್ಟು ಸುಲಭ ಬೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಇಷ್ಟು ಉತ್ತಮ ಸಾಹಿತ್ಯವು, ಈ ಮೊದಲು ಎಲ್ಲಿಯೂ ಒದಗಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿಲ್ಲ.

'ಒಂದಾಣೆ ಮಾಲೆ' ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಟಪ್ಪಾಲು ದ್ವಾರಾ ತರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವವರು ರೂ. 4—8—0ನ್ನು ಮನಿಯಾರ್ಡರ್ ಮೂಲಕ ಕಳಿಸತಕ್ಕದ್ದು. ಡಿಪಾಜಿಟ್ ಇಡುವವರು ಮಾತ್ರ ಏಜನ್ಸಿಗಾಗಿ ಬರೆದುಕೊಳ್ಳತಕ್ಕದ್ದು.

ವಾರಕ್ಕೆ ಕೇವಲ ಒಂದಾಣೆ ವ್ಯಯದಿಂದ ಒಂದು ಉತ್ಕೃಷ್ಟ—ಉಪಯುಕ್ತ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಹೊಂದುವ ಈ ಯೋಜನೆಯ ಸದುಪಯೋಗ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿರಿ.

ಒಂದಾಣೆ ಮಾಲೆ, ಪ್ರಭಾತ ಆಫೀಸು, ರಥಬೀದಿ,
ಮಂಗಳೂರು-1.

ANNA PUBLICATIONS, CAR STREET, MANGALORE-1.

Edited, Printed & Published by K. V. Shenoy
at The Prabhat Printers, Ltd., Mangalore.